



*WORKING HARD
LIKE A HORSE*

*Sayalay Susila's
Dhamma talk
on 2 Feb 2014
at Prasadha Jinarakkhita, Jakarta*

Sebelumnya, mari kita memanjatkan paritta

Samantā cakka-vāḷesu atrāgacchantu devatā.

Sad-dhammaṃ muni-rājassa suṇantu sagga-mokkha-daṃ

Dhamma-ssavanakālo ayam bhadantā./ Dhamma-ssavanakālo ayam bhadantā. / Dhamma-ssavanakālo ayam bhadantā

Namo tassa Bhagavato arahato sammā-sambuddhassa. / Namō tassa Bhagavato arahato sammā-sambuddhassa. / Namō tassa Bhagavato arahato sammā-sambuddhassa.



KERJA KERAS

BAGAIKAN KUDA

Sebelum saya memulai ceramah ini, saya akan mengucapkan Selamat Tahun Baru.

Jadi tahun ini adalah tahun kuda, lalu datang satu pertanyaan bahwa kita harus bekerja keras seperti kuda. Kerja keras adalah kualitas yang bagus, dan itu sangat dianjurkan oleh Buddha. Kerja keras adalah akar dari segala kesuksesan dan menjadi satu dari empat *Idhipādā*. (*Idhipādā* itu semacam satu hal membuat kita sukses baik dalam duniawi maupun spiritual.)

Para umat dan Sangha bekerja keras untuk tujuan masing-masing. Seorang umat bekerja keras untuk tujuannya sendiri, dan orang monastik seperti saya dan Ashin, tentunya bekerja keras untuk tujuan lain.

Para umat bekerja keras bagaikan

kuda demi kebahagiaan siapa? Saya kira tentunya untuk mengumpulkan harta kekayaan.

Kenapa anda semua bekerja keras untuk mengumpulkan harta kekayaan? Anda harus memberikan jawaban kepada saya, sebelum saya memberikan jawabannya, karena anda lebih tahu dari saya [tertawa] kenapa penting bagi anda untuk mengumpulkan harta kekayaan.

Pemirsa : “Untuk memenuhi kebutuhan hidup.”

Jadi saya kira, bekerja keras bagaikan kuda mengumpulkan harta kekayaan untuk beberapa tujuan. Pertama, untuk memenuhi kepuasan indera. Sifat alamiah manusia untuk menikmati kepuasan inderawi. Enam indera kita tentu saja selalu mencari objek-objek

yang menarik. Mata ingin melihat yang indah, bagi lelaki ingin melihat wanita yang cantik, sebaliknya wanita tidak hanya ingin melihat lelaki yang ganteng, tetapi ingin juga melihat baju yang indah, perhiasan dan sebagainya. Telinga kita ingin menikmati suara yang indah, pujian dari orang lain, music, rock and roll dan musik apa saja, suara apapun yang menyenangkan. Dan hidung kita juga sama, ingin yang menyenangkan, aroma yang harum, lidah kita ingin menikmati cita rasa makanan. Beberapa orang bahkan keliling dunia hanya untuk menemukan restoran yang bagus untuk memuaskan indera lidah. Tubuh kita juga menginginkan objek yang lembut, jadi kita memakai bahan yang lembut seperti sutra. Tubuh ingin tidur di tempat yang lembut nyaman, hanya untuk memuaskan tubuh.

Batin kita pun juga cenderung berfantasi hanya untuk memuaskan batin, jadi seumur hidup kita terus berlari untuk menemukan hal-hal yang bisa memberikan kepuasan kepada kita.

Ketika menikmati kepuasan inderawi, kita selalu lupa akan bahayanya. Kenikmatan indera dapat merangsang kita untuk memanjakannya, karena adanya suatu kepuasan yang muncul ketika menikmati kepuasan indera tsb.

Kenapa manusia menghabiskan waktunya hanya untuk menikmati kepuasan inderawi? Dikarenakan kenikmatan inderawi tsb memberikan semacam kepuasan. Kepuasan yang muncul dari perasaan yang menyenangkan ketika menikmatinya.

Saya berikan satu contoh yang sederhana. Bayangkan kalau anda memiliki luka di dalam tubuh anda dan merasa gatal, lalu anda menggaruknya, tetapi dari pengalaman anda sebelumnya, anda tahu bahwa luka tsb akan semakin parah bila digaruk, sanggupkah anda mengendalikan diri untuk tidak menggaruknya, bisa tidak?

Kenapa anda ingin terus menggaruknya? Padahal anda tahu pada saat anda menggaruknya luka anda akan semakin parah. Kenapa?

Pemirsa: “Terobati sementara.”

Sayalay : “Saya rasa pendengar yang lain masih mempunyai jawaban lain.”

Pemirsa : “Karena ketika menggaruknya anda merasa lebih nyaman.”

Benar. Ketika menggaruknya, anda merasa puas. Lalu dikarenakan perasaan menyenangkan ini, anda mengabaikan luka tsb, anda tidak peduli dengan konsekuensi selanjutnya, dikarenakan kepuasan yang muncul dari perasaan menyenangkan tsb.

Jadi ini adalah bahayanya mengikuti kepuasan inderawi. Sebenarnya tidak ada yang salah saat menikmati harta kekayaan anda. Anda mengumpulkan materi dan kemudian anda menikmatinya. Tidak ada yang salah.

Namun harus ada batasannya. Contohnya, seekor semut. Semut selalu tertarik kepada sesuatu yang manis misalnya madu. Jadi setiap kali semut melihat madu, ia akan mendatangi madu dan menghisapnya,

tetapi apakah anda pernah melihat semut hanya menghisapnya satu hisapan saja, lalu berhenti dan berlalu?

Pada umumnya semut-semut tidak cukup dengan satu hisapan madu, mengambil hisapan kedua, ketiga, keempat dan akhirnya mati dalam madu yang manis.

Itulah bahaya menikmati kepuasan-kepuasan inderawi. Jadi anda boleh menikmati kepuasan-kepuasan inderawi tetapi harus ada batasnya.

Buddha memperumpamakan menikmati kepuasan inderawi itu seperti seorang lelaki yang membawa obor melawan arah angin, sudah tentu api itu akan membakar dia. Bagaimana dia bisa bebas dari api yang membakarnya. Bagaimana? Tinggal dibuang saja obornya. Tetapi untuk membuang obor tsb tentu saja tidak mudah.

Menikmati kepuasan-kepuasan inderawi disebut sebagai *kamma-tanha*, keinginan menikmati hal-hal kesenangan inderawi. Itu adalah bentuk asli dari segala bentuk penderitaan.

Menurut empat kebenaran mulia, *kamma-tanha* adalah sebab dari penderitaan, kebenaran mulia yang kedua.

Karena kita ingin terus menerus menikmati kenikmatan inderawi maka kita merindukan kehidupan, satu kehidupan hingga kehidupan lain dan dari *kamma-tanha* nafsu keinginan menjadi *bhava-tanha*, keinginan terhadap keberadaan.

Dan *kamma-tanha* and *bhava-tanha* ini sangat sulit untuk diseberangi/dilalui.



“Kita bisa lihat di Indonesia. Indonesia populasinya sangat tinggi, suatu negara yang sangat padat, tetapi berapa jumlah bhikkhunya?”

Kenapa dengan populasi yang begitu tinggi bhikkhunya sedikit? Karena umat perumah tangga sulit meninggalkan kenikmatan inderawi.

Hanya mereka yang bijaksana yang memahami bahaya dari kenikmatan inderawi dan berkehendak untuk melepaskannya dan menjalani kehidupan monastik.

Di salah satu kehidupan lampau Bodhisatta, beliau terlahir sebagai seorang yang kaya raya dan mewarisi kekayaan dari tujuh generasi.

Pada suatu hari, beliau melihat kekayaannya, orangtuanya mengumpulkan kekayaan, tetapi sudah meninggal dunia, dan neneknya mengumpulkan banyak kekayaan dan sudah meninggal juga, leluhurnya sampai tujuh generasi bekerja keras dengan mengumpulkan kekayaan, mereka semua sudah meninggal dunia dengan meninggalkan kekayaannya hanya begitu saja.

Kemudian dia berpikir dia tidak akan melakukan hal yang sama seperti leluhurnya, sebaliknya ia akan memberikan harta kekayaannya itu kepada siapa pun yang membutuhkan dan ia akan menjadi seorang

pertapa.

Karena dia mengerti bahwa, mempunyai kekayaan dan mengelolanya dengan cara ceroboh maka ini hanya akan menghasilkan satu kesulitan penderitaan daripada kebaikan.

Jadi ini adalah tujuan yang utama kenapa para umat bekerja keras seperti kuda untuk mengumpulkan harta kekayaan. Tujuan kedua adalah ketika kita memiliki kekayaan tsb kita merasa aman.

Ketika saya berada di amerika, saya bertanya kepada salah satu murid saya: kenapa kamu memerlukan uang segitu banyak? Kemudian dia jawab: “pada saat punya uang yang banyak saya merasa aman.” Belakangan dia berkata, sekarang saya sudah mempunyai harta benda yang cukup, banyak rumah tetapi belum merasa aman [tertawa]. Hai ini terjadi karena dia salah mengartikan bahwa rasa aman muncul dari harta benda.

Rasa aman muncul dari mana?

Sīla. Moralitas.

Di dalam *Anguttara Nikaya*, Buddha berkata pada saat umat memiliki *Sīla*, maka dia tidak akan pernah merasa tidak aman.

Walaupun demikian, salah satu murid Amerika men-

gatakan pada saya bahwa dia telah melatih menjaga *Sīla* dengan baik tetapi masih merasa belum aman. [tertawa]

Lalu saya jawab, ini terjadi karena anda melekat kepada ego anda, pada aku, pada ‘diri’ *atta*.

Semua ketakutan muncul dari diri. Pada saat tidak ada diri, dari mana ketakutan muncul?

Rasa aman yang sesungguhnya muncul dari *Sīla* dan rasa ‘tanpa aku’, itu kesimpulannya.

Suatu hari ketika saya sedang berada dalam pesawat menuju ke eropa, german, kemudian penumpang yang ada di sebelah saya bertanya, “Apakah anda seorang bhikkhu?” Kemudian saya menjawab, “Bukan, saya seorang nun, nun itu bisa seorang *sayalay, samaneri, bhikkhuni*.” [tertawa]

Penumpang tsb berkata bahwa “anda terlihat sangat bahagia. Anda terlihat sangat cerah dan bahagia.” Dia bilang, “Saya berasal dari Iran, mempunyai banyak harta benda, kaya, tetapi saya mempunyai banyak kekuatiran.” Jadi hal ini menunjukkan bahwa kekayaan tidak bisa memberikan rasa aman yang sesungguhnya.

Ketika anda memiliki banyak kekayaan anda takut dirampok, anda takut rumah anda akan dirusakin perampol, anda takut kehilangan kekayaan anda, tetapi bagi saya kemanapun saya pergi saya tidak pernah takut dirampok orang. [tertawa].

Oleh karena itu rasa aman yang sesungguhnya bukanlah datang dari kekayaan.

Tujuan ketiga kita bekerja keras bagaikan kuda adalah untuk mengumpulkan kekayaan untuk mendukung keluarga kita, terutama untuk istri kita, orangtua, dan anak.

Di Asia, cara mendidik anak-anak sangat berbeda dengan orang-orang barat.

Menurut pandangan saya, kewajiban anda sebagai orangtua berikanlah pendidikan yang baik pada anak anda, pastikan dia bisa lulus sampai universitas dan setelah itu biarkan anak anda mandiri. Bebas dari keterikatan dari anda, jangan memberikan semua kekayaan anda kepada dia, karena kalau anda memberikan semua harta kekayaan kepada anak anda, itu seperti menghancurkan semangatnya untuk bekerja keras, karena dia mendapatkan kekayaan, uang, dengan sangat mudah, jadi bagaimana dia bisa bekerja keras?

Dijaman Buddha ada seorang anak lelaki yang lahir dalam keluarga yang kaya raya, orangtuanya berpikir

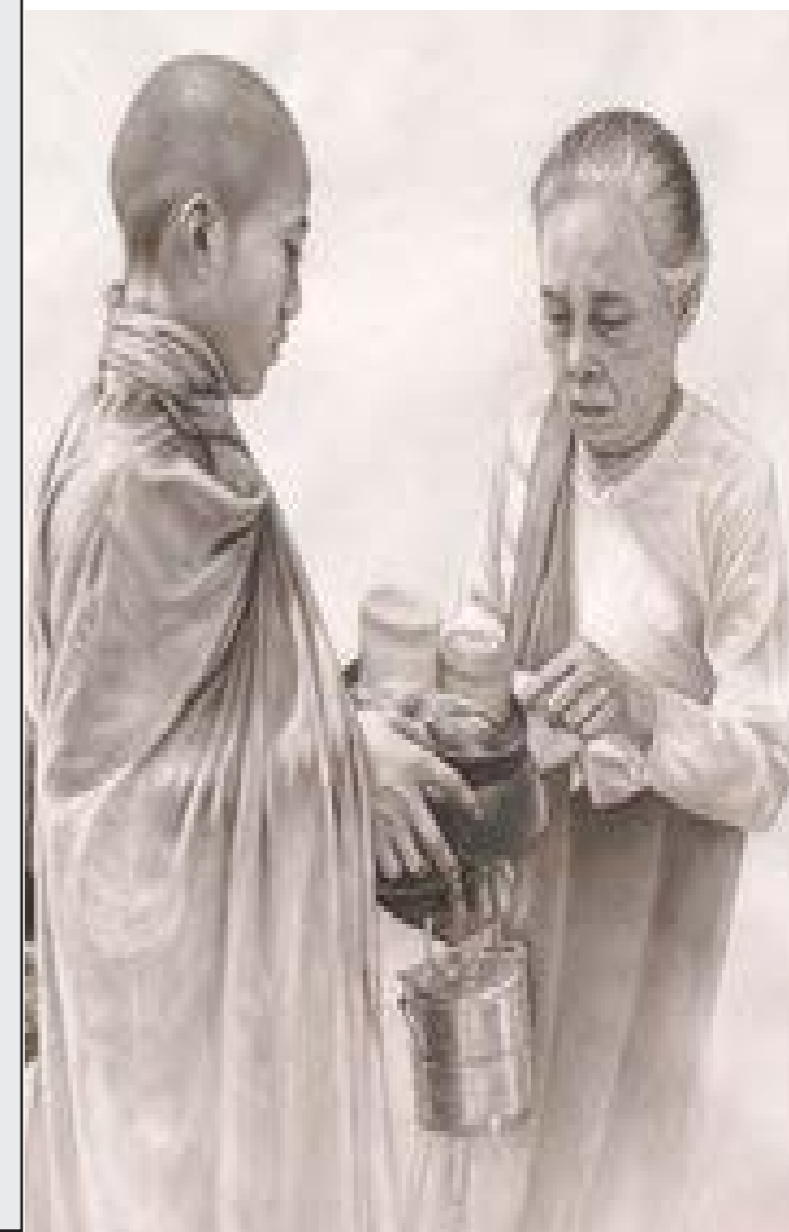
bahwa mereka sudah kaya raya, mereka tidak perlu memberikan keahlian apa-apa kepada anaknya. Dengan kekayaannya, mereka bisa melewati seumur hidupnya, tanpa kesulitan. Oleh karena itu dia tidak mendidik anaknya dengan pendidikan yang layak. Lalu, dia pun menikah dengan seorang wanita yang memiliki status yang sepadan.

Kemudian orangtuanya meninggal, pasangan ini ber-asosiasi dengan hubungan yang tidak baik, mereka mulai berjudi. Lama-lama mereka menghabiskan seluruh kekayaannya.

Pada suatu hari ketika harta kekayaannya sudah habis, mereka menjadi pengemis. Sampai suatu hari dia bertemu dengan Buddha. Dan Buddha tersenyum .

Ānanda bertanya kepada *Buddha*, “Bhante, kenapa bhante tersenyum?” *Buddha* menjawab, “kalau pasangan ini bertemu dengan *Buddha Sāsana*, dengan ajaran *Buddha* di masa-masa awal, maka suami akan bisa menjadi *Arahat* dan istri akan menjadi *Anāgāmi*.

“Tetapi sekarang masa muda sudah lewat. Sekarang mereka sudah tua. Walaupun sekarang saya ajarkan





kepada mereka, kemampuan mereka sudah lemah. Daya serap mereka terhadap *dhamma* sangat lemah. Jadi mereka tidak bisa mengerti ajaranku dan mereka tidak cukup memiliki energi untuk berlatih. Sungguh merugikan.”

Untuk itu, sangatlah penting memberikan pendidikan yang pantas buat anak-anak kita. Dan kita bekerja untuk kehidupan spiritual kita. Kebanyakan dari kita menghabiskan waktu untuk keluarga, mengabaikan kehidupan spiritual kita.

Karena sang orangtua tidak memberikan pendidikan yang pantas untuk putra putrinya, sehingga anak-anaknya menderita.

Jadi kita memberikan pendidikan yang seharusnya kepada anak-anak kita, tidak memberikan seluruh kekayaan kepada mereka. Mendidik mereka agar menjadi orang yang berguna, mendidiknya untuk mandiri, bagaimana bekerja keras untuk mencapai kebahagiaannya sendiri.

Pada saat kita bekerja keras untuk mengumpulkan harta kekayaan kita harus menyadari bahwa harta benda ini sifatnya hanya sementara dan ini bukanlah menjadi milik kita.

Sebagai seorang investor yang baik, saya percaya kebanyakan etnis china adalah pengusaha, sebagai pengusaha tentu tahu bagaimana menginvestasikan kekayaan. Bagaimana cara untuk menginvestasikan uang untuk kebahagiaan kita saat ini maupun untuk di kehidupan-kehidupan berikutnya.

Pemirsa : “*Dāna*.”

Dāna. Jadi investasi terbaik adalah berdana, jika anda adalah seorang investasi yang cerdas anda seharusnya mengerti bagaimana menginvestasikan uang anda. Selain menyokong keluarga, kebutuhan pribadi, untuk hal-hal mendadak dan investasi lainnya, sisanya anda investasikan ke dalam *dāna*. Karena dengan berdana pada kehidupan ini, *dāna* akan mengembalikan kepada anda dengan kebahagiaan pada kehidupan ini dan kehidupan berikutnya.

Saat kematian mendekat, menjelang sat-saat akhir di kehidupan kita, sebagian besar manusia takut pada kematian. Kenapa?

Anda takut pada kematian?”

Pemirsa: “Ya”

Kenapa? Katakan kenapa?

Pemirsa : “selepas mati tidak tahu apa yang terjadi?”

Sayalay : “Tepat sekali”

Karena kita tidak tahu apa yang akan terjadi setelah kematian. Kalau kita tahu nanti kita akan terlahir di surga, saya juga akan meninggal saat ini juga. [tertawa]

Oleh karena itu jika anda menginvestasikan uang anda dengan *dāna* maka anda memiliki asuransi untuk kehidupan mendatang.

Selama menjelang kematian, jika anda bisa mengingatkan kembali semua *dāna* yang anda lakukan, atau ingatkan anak anda untuk mengingatkannya hal tsb kepada anda, maka ketika anda mengingatkannya, akan muncul kebahagiaan di batin anda. Kalau anda meninggal dunia dengan batin seperti itu, maka anda akan terlahir di surga.

Pada zaman kehidupan Buddha, ada seorang *dayaka* yang bernama Damika. Beliau mempunyai kebiasaan berdana dan sangat bermurah hati. Dan ia juga menganjurkan anak-anaknya untuk mempunyai kebiasaan berdana. Saat menjelang kematian, diam-diam muncul *gati-nimitta*, (tanda tujuan kemana dia akan dilahirkan) 6 dewa dari 6 alam surga mengundangnya untuk terlahir di alam mereka.

Jadi Damika sudah memperoleh asuransi yang tepat sesuai dengan kamma kebiasaannya dengan berdana.

Jadi kekayaan yang kita miliki tidak hanya untuk keluarga, kita juga harus menginvestasikannya untuk *dāna* demi kebahagiaan kita di kehidupan mendatang, karena kehidupan berikutnya sangatlah penting. Sebagai seorang Buddhis kita mengerti bahwa kita mempunyai kehidupan akan datang.

Menurut cara bekerjanya kamma, *dāna* yang kita lakukan tidak hanya memberikan kebahagiaan di saat ini tetapi juga bisa memberikan kebahagiaan di kehidupan berikutnya dan sampai tidak terbatas di banyak kehidupan.

Karma yang tidak terbatas artinya perbuatan apa pun yang anda lakukan, ketika karma ini masak, anda akan menanggung akibatnya lagi dan lagi hingga anda mencapai finalisasi *Nibbāna*.

Untuk itu sangat bermanfaat menginvestasikan dengan cara demikian.

Jadi kita bekerja keras untuk kebutuhan kita dan untuk memberikan rasa aman kita seperti yang diuraikan tadi tetapi semua itu hanyalah kebahagiaan duniawi.

Dan kita juga harus bekerja keras untuk kebahagiaan

adiduniawi.

Saya bekerja keras jauh melebihi kuda untuk kebahagiaan spiritual saya.

Saya akan berbagi pengalaman retreat pertama saya di Malaysia Buddhist Meditation Center, selama 40 hari. Selama 40 hari tsb, semua yogi diberitahu untuk berkesadaran setiap waktu. Kita tidak diperbolehkan untuk melihat kesana kesini, melihat ke kanan, ke kiri, atas, hanya melihat ke bawah sejauh empat kaki dari depan anda.

Seorang teman yogi yang tidur disebelah saya selama 40 hari dan saya tidak tahu wajahnya seperti apa.

Selama meditasi berjalan, saya hanya melihat ke bawah dan hanya melihat bagian bawah tubuhnya. Jadi saya tidak tahu yang bagian atasnya seperti apa.

Jadi selama 40 hari tsb kita diam, tidak berbicara. Setelah 40 hari, saya harus menelepon, ketika saya menelepon, suara saya tidak bisa keluar.

Setelah itu, saya pergi ke myanmar belajar meditasi ke guru yang paling keras, paling disiplin. Saya hanya tidur 4 jam, saya tidur jam 10 malam dan bangun jam 2 pagi. Dari jam 2 pagi saya melakukan meditasi jalan sampai jam 3. Pada jam 3 saya melakukan meditasi duduk dan guru saya pun belum bangun.

Latihan tsb berlangsung selama tiga tahun, tidak seperti anda yang hanya datang mengikuti retreat sehari.

Kadang aya merasakan tubuh saya sangat capek. Saat berjalan, dia tidak bisa berjalan dengan tegak dan goyang-goyang. Jadi saya bekerja jauh lebih keras daripada kuda.

Dan ketika saya pindah ke Pa-Auk meditasi center, hutan tersebut terserang malaria. Tapi saya tidak tahu. Seperti biasanya, saya bangun pada jam 2 pagi, saya harus berjalan jauh ke hall meditasi, jauh dan gelap. Saya berjalan dalam kegelapan menuju hall meditasi, saya menemukan bahwa pintu ruangan belum dibuka. [tertawa]

Karena pintu belum dibuka, saya terpaksa harus duduk di depan hall, tanpa menyadari tempat tersebut terjangkau wabah malaria, dan saya melanjutkan meditasi di depan hall, digigit nyamuk-nyamuk.

Dan karena saya terbiasa berlatih dengan tidak berbicara selama retreat, saya tetap diam selama bermeditasi di pusat meditasi Pa-Auk. Walaupun kebanyakan yogi tidak berdiam, karena mereka tinggal dalam waktu yang bertahun-tahun. Tidak mungkin untuk berdiam selama bertahun-tahun. Tetapi saya baru datang dengan tradisi Mahasi, jadi saya ingin tetap diam. Tetapi mereka tidak tahu, dan karena saya adalah satu-satunya nun yang pertama di Pa-Auk, jadi mereka merasa tertarik, semua orang ingin berbicara dengan saya. [tertawa]

Batin saya sangat terganggu dengan keingintahuan mereka, dan saya mengeluhkan hal ini kepada guru.

Dan pada hari kedua, kemanapun saya berjalan sekali ini tidak ada satu orangpun yang mengajak saya untuk berbicara.

Dan sayapun terheran-heran, lalu mencoba untuk berbicara dengan mereka, kenapa sekarang tidak ada yang berbicara denganku. [tertawa]

Seorang yogi memberitahukan pada saya bahwa, sang guru mengumumkan kepada semua yogi agar

tidak berbicara dengan Sayalay Susilā.

Jadi itulah cara kerja saya yang sangat keras melebihi kuda untuk kebahagiaan spiritual.

Awalnya saya bekerja keras untuk kebahagiaan sendiri, dan sekarang saya bekerja keras untuk kebahagiaan orang lain.

Jadi kepada para umat, saya menasehati anda bekerja demi kebahagiaan sendiri, demi kebahagiaan keluarga, dan juga kebahagiaan spiritual anda sendiri.

Jadi untuk kebahagiaan spiritual anda, anda bisa memulainya dengan berdana, kemudian berlatih sila, dan kemudian juga mendengarkan dhamma, atau belajar Sutta atau Abhidhamma. Mendengarkan dhamma atau belajar Sutta termasuk pariyatti (Pariyatti itu belajar *Tipiṭaka*). Pariyatti ini sangatlah penting karena memberikan kita pandangan benar. Tanpa pariyatti, anda langsung ke Paṭipatti maka anda tidak akan pernah tahu apa yang harus anda lakukan atau apa yang sang guru ajarkan kepada kita apakah sudah benar atau tidak.

Karena sekarang banyak sekali guru yang mengajarkan meditasi dari berbagai tradisi yang berbeda, bahkan dalam Theravada sekalipun, terdapat bermacam-macam tradisi, seperti Mogok, Goenka, Pa-Auk, Mahasi, dan sebagainya. Setiap guru akan memberitahukan bahwa metode mereka adalah satu-satunya, tidak ada jalan lain. Setelah kamu pergi ke guru lain, mereka juga akan mengatakan hal yang sama, ini satu-satunya jalan, tidak ada jalan lain. Anda akan bingung, mana yang benar, mana yang hanya satu-satunya jalan.

Oleh karena itu jika anda memiliki pengetahuan pariyatti yang cukup, anda akan memiliki ‘pandangan-benar’ untuk mengetahui apakah yang dikatakan guru sudah benar menurut apa yang diajarkan Buddha .

Oleh karena itu harus anda harus menyediakan banyak waktu, untuk mendengarkan ceramah-ceramah dhamma, untuk mempelajari sutta dan abhidham-

ma, dari guru yang berkualitas atau belajar sendiri.

Kemudian anda juga harus bekerja keras untuk belajar meditasi.

Jadi apa yang anda pelajari dari sutta, anda harus melatihnya sesuai dengan apa yang anda pelajari, dan kalau tidak anda latih maka pengetahuan yang anda dapatkan itu hanya sebatas teori saja.

Buddha Sāsana masih bertahan hingga sekarang, dan kita beruntung terlahir sebagai manusia. Buddha berkata ada 4 hal yang sulit terjadi di dunia ini. 1. Terlahir sebagai seorang manusia dan sekarang kita telah memenuhinya 2. Mendengarkan dhamma, kita juga sudah diberikan keberuntungan ini. Jadi sekarang sisa dua hal di dunia ini. Jika kita tidak bekerja keras untuk mencapai kebahagiaan spiritual, maka itu akan sangat menyia-nyaiakan kehidupan kita sebagai manusia.

Jadi kesimpulannya, kita bekerja keras bagaikan kuda untuk dua jenis kebahagiaan, yang pertama untuk kebahagiaan duniawi dan yang kedua adalah kebahagiaan adi-duniawi.

Jadi saya berharap anda semua bisa meyakini bahwa bekerja keras untuk kebahagiaan duniawi itu bukan investasi yang absolut. Tetapi bekerja keras untuk kebahagiaan adi-duniawi dengan *dāna, sila, bhavana, pariyatti, paṭipatti* dapat membawa kebahagiaan tidak hanya pada kehidupan ini tetapi kehidupan demi kehidupan.

Tujuan saya terlahir di dunia untuk menjaga ajaran Buddha supaya bisa berlangsung.

Buddhasāsanam ciraṃ tiṭṭhatu.

(Artinya semoga ajaran buddha bisa bertahan lama di bumi.)



TANYA JAWAB



T: Saya ingin menanyakan apakah yang mendukung kemajuan dalam meditasi, karma baik atau kerja keras? Dari pengalaman saya melihat ada beberapa orang hanya berlatih 1 atau 2 bulan sudah mendapat hasil, sementara ada yang bekerja keras, namun tak ada hasil?

J: Pertanyaan yang bagus, tetapi sulit dijawab. Kedua faktor sangatlah penting. Tetapi saya pikir *Parami* sangatlah penting. *Parami* artinya karma baik yang sudah kita kumpulkan sebelumnya. Jika kita rajin berlatih di kehidupan sebelumnya, kita memperoleh *parami*. Dan di kehidupan ini, kita tidak terlalu sulit berlatih, “tidak sesulit kuda”, kita hanya berusaha sedikit dan memperoleh kemajuan.. Dalam hal ini, *parami* kehidupan lampau sangatlah berperan. Tetapi, darimana *parami* sebelumnya? *Parami* sebelumnya juga muncul dari hasil kerja keras sebelumnya. Karena itu, mana yang lebih penting? *Parami* juga ada karena hasil kerja keras seperti kuda, katakanlah dia bekerja keras ter-

lebih dahulu, dan anda bekerja seperti siput sekarang, sekarang kemajuannya **cepat, anda tidak bisa membandingkan diri dengannya. Beberapa orang memperoleh kemajuan dengan cepat dengan waktu yang singkat karena mereka sudah bekerja keras di kehidupan sebelumnya. Ketika dia bekerja keras di kehidupan sebelumnya, anda masih bermain kesana kesini. Jadi sekarang dia mendapat hasilnya. Sangat adil bukan? Jika pada kehidupan sebelumnya anda juga bekerja keras, maka anda juga akan mendapat kemajuan. Dikarenakan anda tidak bekerja keras seperti dia, maka anda tidak mendapat kemajuan yang pesat. Tetapi jika anda bekerja keras saat ini, kehidupan berikutnya anda akan menjadi nomor satu. Parami anda akan mendukung anda. Pada kehidupan mendatang anda akan memperoleh kemajuan. Jadi parami juga muncul dari hasil kerja keras.**

T: Sayalay, sekarang ini banyak guru meditasi yang mengajarkan berbagai metode yang berbeda. Saya termasuk salah satu yogi yang mengikuti beragam metode tsb, dan itu membuatku bingung, terutama di Jakarta, Indonesia, tidak mudah mendapatkan guru yang mengajarkan metode yang serupa. Seperti 3 tahun terakhir ini, saya mengikuti retreat Sayalay Dipankara selama 2 minggu, dikarenakan aktivitas sehari-hari saya jarang berlatih, sehingga setiap ada retreat saya selalu mengikutinya, sekarang saya juga belajar Abhidhamma yang pemula, dengan metode yang berbeda pula, dan kadang membingungkan saya, karena ketika saya ingin menggunakan metode menurut Abhidhamma, sang guru malah mengajarkan metode yang berbeda. Jadi apa yang harus saya lakukan?

J: Saya pikir ini tergantung kepada anda sendiri, jika saya adalah anda, saya akan ikut satu metode saja untuk satu periode waktu. Jika kamu tidak menemukannya di Indonesia, pergilah ke luar negeri. Karena kamu bilang masih sedang bekerja, kamu tidak bisa melepas keduniawian, maka kamu harus mengikuti metode apa saja yang diajarkan di Indonesia dan itu membuat kamu bingung. Bagi saya, saat saya mengetahui apa yang saya ingin memperdalam satu metode tertentu dalam meditasi, maka saya berhenti dari pekerjaan, belajar pada satu metode untuk beberapa tahun. Jika anda bisa menguasai satu metode dengan baik, lalu anda bisa menjalankan metode tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

T: Ketika saya mengatakan untuk melepas, saya berusaha melepas hartaku, karena saya tahu itu adalah tidak kekal, *Aniccā*, dan sekarang adalah berkah bagiku bisa bertemu dengan Sayalay dan berlatih lagi, dan sekarang saya beraspirasi agar setiap saat menambah keyakinanmu untuk menjadi lebih baik.

J: Satu hal yang ingin saya bagi kepada anda, ketika saya menjadi seorang Sayalay, banyak orang bilang bahwa saya masih muda, perlu bekerja untuk mencari uang terlebih dahulu, jika tidak ketika anda menjadi Sayalay dan jatuh sakit, siapa yang akan merawat anda. Saya benci mendengar kata-kata seperti itu. Saya jawab kenapa harus kuatir? Saya berlatih *dhamma*, *dhamma* lah yang akan merawatku. Kenapa anda kuatir? Jadi jangan terlalu banyak kekuatiran. Saat anda berpikir untuk menjalani kehidupan spiritual, jika anda masih single, lakukanlah. *Dhamma* akan menjaga anda.

T: Sayalay, saya ingin bertanya mengenai definisi kebahagiaan menurut anda?

J: Ketika saya bisa menolong orang, ketika ceramah saya bisa memberikan kebahagiaan kepada orang-orang dan membuat mereka menjadi orang yang lebih baik, itulah kebahagiaan terbaik bagi saya.



T: Sayalay, meneruskan pertanyaan sebelumnya apakah pantas kita memberikan dana kepada mereka yang rendah moralnya?

J: Saya akan menjelaskan sedikit tentang ini, jika anda memberikan dana kepada mereka yang miskin dan rendah moral, dibanding dengan mereka yang tidak berlatih lima sila, dan anda mendanakan juga kepada mereka yang berlatih 5 sila, tentunya kepada mereka yang memiliki 5 sila lebih bermanfaat. Ini bagi mereka yang bukan bertujuan untuk menjadi Bodhisatta. Jika tujuan anda untuk menjadi seorang Arahat, maka adalah penting untuk memilih mereka yang lebih bermoral. Tetapi bagi mereka yang beraspirasi untuk menjadi Buddha, mereka harus memenuhi 10 *parami*, yang pertama adalah *dāna parami*, jadi jika ia ingin menjadi Buddha, dia harus memenuhi *dāna parami*. Dia tidak boleh memilih-milih, siapa yang memerlukan sekalipun rendah moral, dia tidak peduli. Dia harus melepas kemelekatan terhadap uangnya, hartanya, hidupnya, kerajaannya, jika dia seorang raja, seseorang menginginkan kerajaannya, dia harus memberikannya. Jika seseorang meminta matanya, dia berikan. Seseorang meminta tangannya, dia potong tangannya dan berikan, inilah yang disebut jalan *Bodhisatta*. *Bodhisatta* harus memenuhi *dāna parami*, tidak hanya memberikan uang, tetapi juga kehidupannya, kerajaannya, istrinya, suaminya, segalanya. Tetapi kita tidak beraspirasi untuk menjadi *Buddha*, kita hanya ingin menjadi *Arahat*. Jadi saya pikir kita harus memilih untuk memberikan kepada mereka yang lebih bermoral, sehingga kita bisa memperoleh hasil yang lebih baik.

Selain jika hanya memikirkan keuntungan apa yang akan kita dapatkan, kesannya seperti berdagang. Berapa yang saya berikan, berapa yang saya peroleh kembali. Ini bukan dana yang baik. Jadi ketika berdana, lepaskanlah kemelekatan anda. Sedikit demi sedikit kurangi kemelekatan terhadap harta benda, ini jauh lebih penting. Karena saat menjelang kematian, harus melepas, jadi kenapa kita tidak berlatih sekarang untuk melepasnya. Ketika berdana, kita menghancurkan *lobha* sedikit demi sedikit, dana jenis inilah yang dipuji oleh *Buddha*.

T: Sayalay, Bisakah anda memberikan bimbingan bagaimana cara berdana yang baik?

J: Cara berdana yang baik. Berdana bisa bermacam-macam caranya. Berdana makan, tempat tinggal, kain, jubah dan vihara atau tempat meditasi adalah dana yang baik. Jika anda berdana vihara atau tempat meditasi untuk mereka yang berpraktek, untuk menghancurkan kekotoran batin, maka jenis dana ini adalah superior. Dan ketika berdana, anda harus bahagia, senang, jangan muncul rasa ragu ketika berdana mau atau tidak. Dana jenis ini hasilnya kurang. Jadi sebelum anda melakukannya, munculkanlah perasaan senang dan bahagia terlebih dahulu. Dan ketika anda melakukannya, lakukanlah sendiri, jangan bilang "ini sepuluh juta buat dia". Anda menyuruh orang lain melakukannya untuk anda, jenis dana ini kurang hasilnya. Lebih baik anda melakukannya sendiri.

Karena ketika anda melakukannya sendiri, maka ingatan ini akan tertancap sangat dalam di dalam batin anda. Jika anda menyuruh orang lain melakukannya, kadang anda mungkin lupa kepada siapa anda menyuruhnya, sehingga untuk mengingat kebahagiaan tsb pun anda tidak bisa mengingatnya. Jadi lakukanlah sendiri dengan hormat, menyerahkan kepada si penerima, dengan senang dan bahagia, dan setelah melakukannya, anda mengingatnya lagi. Hari itu saya melakukan kebaikan, saya bahagia. Jika anda menyesal, saya seharusnya tidak memberikan begitu banyak. Jika anda berpikir seperti itu, hasilnya jelek. Jadi setelah berdana, anda seharusnya lebih bahagia lagi. 'Sebelum, semasa dan selepas', anda harus bahagia, dan selalu ingat dana memberikan kebahagiaan. Dan itu akan menjadi kebiasaan sehingga ketika kematian datang, otomatis anda mengingatnya. Lalu jaminan pun datang. Inilah cara berdana yang baik dan kepada siapa penerima juga sangatlah penting.

Dana yang anda berikan kepada seorang pengemis, orang biasa, atau kepada salgha sangatlah berbeda. Dikarenakan moral dan sila, penerima yang memiliki sila yang baik akan membawa hasil yang lebih baik. Apa yang saya maksudkan adalah si penerima memiliki sila, samldhi, pañña yang tinggi, maka dana atau hasil yang anda terima juga sangat tinggi.

Untuk itu, anda harus memilih mereka yang mempunyai sila, samldhi, pañña yang baik. Tetapi ini berlaku bagi umat biasa yang beraspirasi ingin menjadi seorang Arahat. Tetapi bagi Bodhisatta, seorang yang ingin menjadi Buddha, dia tidak memilih siapa penerimanya. Siapa butuh, dia berikan. Ketika ada orang yang membutuhkan bantuan, kita juga siap membantu, bila anda berpikir orang ini tidak memiliki sila, samldhi, pañña, dan anda tidak menolongnya, kelakuan ini juga tidak benar.

T: Selamat siang Sayalay, saya ada pertanyaan, sehubungan dengan pembicaraan anda mengenai investasi, di Singapore, banyak orang yang berdana dengan asuransi. Jadi ketika mereka meninggal, mereka memperoleh claim asuransi dan itu disumbangkan. Biasanya disebut 'hibah'. Biasanya disumbangkan ke vihara. Bagaimana jenis dana ini menurut anda?

Ashin menjelaskan: Dia tidak tahu apakah ini terjadi di Indonesia atau tidak, tetapi di Singapore, orang-orang membeli asuransi jiwa kemudian setelah meninggal, si penerima menyumbangkan hasil tsb ke vihara. Jadi bagaimana menurut anda?

J: Itu sangat bagus, kenapa anda mempertanyakannya?

T: Saya tahu itu bagus, yang saya maksud nilai / hasil dana tersebut seperti anda bilang diberikan kepada Bhante, dan dana semacam ini masuk ke level mana untuk hasil yang kita peroleh?

J: Saya pikir ketika masih hidup, kita juga berdana dan kita juga membeli asuransi jiwa berharap agar keuntungan tersebut bisa diberikan ke vihara. Ini sangat bagus. Sebelum kematian anda bisa berpikir keuntungan ini untuk vihara, ini adalah suatu *dāna* yang baik. Anda akan berbahagia dan membawa anda untuk terlahir di alam sorga.

T: Bisakah anda memberikan penjelasan lebih bagaimana biasanya umat Buddhis berlatih, apakah mereka memulai dari *dāna*, *sīla*, *samādhi* lalu mencapai *pañña*. Sebagaimana kita ketahui, umat awam kurang memiliki moralitas yang cukup, beberapa orang merasa kurang percaya diri ketika mau berlatih, saya hidup dalam dunia ini, melakukan banyak ke salahan, tidak bermoral. Saya akan menunggu sampai sudah tua, pensiun, baru berlatih. Saya kira itu akan menjadi semacam rintangan, tetapi bagaimana dengan moralitas dangkal tersebut mereka bisa berlatih, terima kasih.

J: Di negara Asia, cara belajar orang Asia berbeda dengan orang Barat. Karena saya sering ke Amerika. Orang america belajar Buddhism melalui meditasi terlebih dahulu, sangat bertolak belakang dengan orang Asia. Orang Asia akan memulai dari *dāna*, *sīla*, lalu *bhavana*. Dan orang America memulai dari *bhavana*, *sīla*, *dāna*. Ketika saya berada di amerika, banyak umat yang datang belajar meditasi, tetapi tidak ada yang berdana makanan kepada saya. Jadi saya makan hanya sekali di Amerika. Jadi sangat berbeda. Orang Asia mempraktikkan dana terlebih dahulu, *sīla* lalu *bhavana*, jika anda berpikir untuk menyempurnakan *sīla* terlebih dahulu, sebelum berlatih bhava-

na, itu adalah persepsi yang salah.

Meskipun *sīla* anda kurang bagus, tetapi anda berlatih *bhavana*, melalui *bhavana* anda akan mengalami banyak kebahagiaan dan batin anda akan menjadi jernih, tenang dan otomatis anda akan melaksanakan *sīla* dengan baik.

Sebelum anda mengikuti retreat, anda hanya menjalani tiga *sīla*, nomor dua dan lima tidak bisa anda jalankan, tetapi setelah melewati satu retreat, lima atau sepuluh hari, anda akan mulai berpikir untuk memurnikan *sīla*.

Jika anda berpikir harus menunggu untuk menyempurnakan *sīla* terlebih dahulu, maka itu adalah pemikiran yang salah. Sebenarnya itu hanyalah alasan. Anda ingin menghindari menjalankan bhavana. Jika Anda tidak menjalankan semua lima *sīla*, anda tetap dapat bermeditasi, anda melakukan *atthasila*, jadi pada saat itu, anda memurnikan *sīla*, suatu kemajuan yang baik, anda pulang dan memperbaharui *sīla* anda lagi.

Sangatlah bermanfaat bagianda untuk memurnikan *sīla*. Jadi anda tidak perlu menunggu sampai pemurnian terpenuhi. Tetapi, untuk berdana perlu dilakukan setiap hari, walaupun hanya sedikit tetap berguna, tanpa *dāna* dan *sīla*, anda tidak akan menemukan guru yang benar. Anda tidak akan menemukan *kalyāṇamitta*, jika anda tidak menemukan guru yang baik, maka latihan anda akan salah. *Dāna sīla* menyokong anda, mereka memiliki kemampuan untuk membawa anda kepada guru yang benar. Hanya dengan menemukan guru yang benar, maka latihan andapun akan benar.

Jadi ketika saya bercerita ini di Amerika, seorang bhikhu amerika memberitahukan kepada saya, : Mungkin inilah alasannya kenapa saya kehilangan kesempatan bertemu Pa-uk Sayadaw, karena dana saya tidak cukup (ketika saya masih umat biasa). Jadi *Dāna sīla* sangatlah penting. Dan anda tidak perlu menyempurnakan semuanya hanya untuk melakukan *bhavana*, anda bisa melakukan tiga-tiganya sekaligus.

Sayalay Susilā

Sepatah kata

Setelah Yang Mulia Susila ditabhiskan pada tahun 1991, beliau berangkat ke Myanmar, untuk menuntaskan keinginan lathan meditasi beliau, belajar dibawah bimbingan beberapa guru meditasi yang terkenal dengan teknik-teknik yang bervariasi.

Yang Mulia Susila menguasai bahasa Mandarin dan Inggris dan sangat piawai dengan caranya yang sederhana dalam mengajarkan ajaran Buddha. Beliau juga menguasai Abhidhamma, Sutta Pitaka dan bahasa Pāli. Sebagai seorang instruktur meditasi yang berpengalaman dan kompeten, beliau sudah mengajar banyak murid, dan mereka memperoleh kemajuan dan kebahagiaan melalui ceramah Dhamma dan bimbingannya.

Beberapa karya tulisan Dhamma Yang Mulia Susila, baik dalam bahasa Mandarin dan Inggris, sudah diterbitkan dan tersedia di berbagai negara.

Bertahun-tahun, Yang Mulia Susila melakukan perjalanan ke berbagai negara tetapi tidak pernah memiliki satu tempat yang tetap. Beliau sangat antusias mempropagasi Dhamma, mengajar meditasi di Amerika, Kanada, Australia, Taiwan, Latvia, Indonesia, Singapore, dan Malaysia. Belakangan, Yang Mulia Susila memfokuskan ajaran Dhammanya di

Penang, yang mana beliau sekarang memimpin satu grup praktisi yang cukup setia untuk membantu beliau merealisasikan visinya dalam melestarikan *Buddha Sāsana*.

Visi dan Misi Yang Mulia Sayalay Susilā adalah :

Visi:

Membangun suatu komunitas meditasi yang bijaksana dengan usaha benar

Misi:

Mengintegrasikan meditasi dalam kehidupan sehari-hari sebagai seorang praktisi Buddhist

Objektif:

1. Mendidik praktisi Buddhist dengan Pandangan Benar menurut Dhamma.
2. Membangun kebiasaan bermeditasi dalam kalangan praktisi Buddhist.
3. Melatih guru-guru dalam Buddha Dhamma dan dalam meditasi.



PEMBANGUNAN APPAMĀDA VIHARĪ MEDITATION CENTER



Jumlah praktisi yang belajar kepada Yang Mulia Sayalay, baik belajar Sutta, kelas meditasi dan retreat, semakin bertambah dari hari ke hari. Dalam rangka memberikan fasilitas yang lebih memadai kepada para pelajar dan kenyamanan dalam mempropagasi Dhamma, Sayalay Susīla sedang membangun Pusat Meditasi Appamāda Vihari, sebuah monastri yang permanen di Penang. Dalam bahasa Pāli, Appamāda Vihari artinya ***“berdiam dalam usaha.”***

Baru-baru ini, kita sudah melunasi satu acre tanah, yang akan segera dimulai konstruksinya. Harapan kebersamaan adalah semangat yang tak tergoyahkan. Sepanjang kita bersatu– dengan pancaran mettā dari para penyokong dan kemurahan hati dari donasi – dana yang mencukupi ini akan segera terkumpul untuk mendukung penyelesaian proyek ini.

Dāna, atau latihan kemurahan hati, akan membuahkan panjang umur, kebahagiaan, fisik yang sehat, dan kebijaksanaan.

Bagaimana cara donasi

Donasi bisa ditransfer langsung ke rekening bank di bawah ini :

Nama Account : Appamada Vihari Meditation Center, Penang

NomorAccount : 3177-97-4731

Nama Bank: PUBLIC BANK BERHAD

Alamat Bank: No. 104, 104A & 104B, Jalan Macalister, 10400 Penang

Swift Code: PBBEMYKL

Catatan: Donation for Establishment of Appamada Vihari Meditation Center

Untuk informasi lebih lanjut,
Appamada Vihari Working Committee
Appamāda Vihari Meditation Center, Penang.
(Organisation Registration No.: PPM-009-07-21012013)

May 14, 2013

Apresiasi & Blessing dari Sayalay Susila atas dukungan anda dalam pembangunan Appamada Vihari